

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА**

ЗАВИДІВСЬКА Наталія Назарівна

УДК 796.011.3:371.7

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФУНДАМЕНТАЛІЗАЦІЇ
ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ОСВІТИ СТУДЕНТІВ
У ПРОЦЕСІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО НАВЧАННЯ**

13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
доктора педагогічних наук

Київ – 2013

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України.

Науковий консультант: доктор педагогічних наук, професор
ДУБОГАЙ Олександра Дмитрівна,
Національний педагогічний університет
імені М. П. Драгоманова,
Інститут фізичного виховання і спорту,
завідувач кафедри фізичного виховання
і здоров'я

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор,
член-кореспондент НАПН України
ВІЛЬЧКОВСЬКИЙ Едуард Станіславович,
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки,
завідувач кафедри фізичної реабілітації;

доктор педагогічних наук, професор
МЕДВЕДЄВА Ірина Михайлівна,
Національний педагогічний університет
імені М. П. Драгоманова,
Інститут фізичного виховання і спорту,
професор кафедри теорії і методики фізичного
виховання;

доктор педагогічних наук, професор,
член-кореспондент НАПН України
НОСКО Микола Олексійович,
ректор Чернігівського національного
педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка.

Захист відбудеться 27 березня 2013 року о 12 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.14 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9).

Автореферат розіслано 26 лютого 2013 року.

**Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради**

С.В.Федоренко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Збереження здоров'я, його формування на всіх етапах розвитку людини є стратегічним завданням будь-якої держави. В умовах сьогодення основу культури цивілізації становлять насамперед уявлення про загальнопланетарну спільність людей, єдність людини, суспільства і природи, їхню духовно-фізичну гармонію. Життя і здоров'я людини визначаються як найвищі людські цінності, є показниками цивілізованості і відображають загальний рівень соціально-економічного розвитку суспільства. Пріоритет формування відповідального ставлення до здоров'я у студентської молоді обумовлено тим, що це один із найважливіших факторів, який детермінується визначальною роллю здоров'я цієї категорії населення у створенні здорового майбутнього країни.

Швидкі перетворення в соціально-економічному розвитку суспільства й способі життя людини чинять вплив на особистість і призводять до глибоких змін в її фізичному, психічному й духовному станах, у той час як життєві умови не завжди забезпечують формування мотивів і необхідні соціальні зусилля, щоб у молоді вони виникли. Однією з найбільш серйозних причин байдужого ставлення молоді до збереження власного здоров'я є стан сучасної системи фізкультурно-оздоровчої освіти у вищих навчальних закладах різного професійного спрямування. Відбулася втрата освітньої спрямованості процесу фізичного виховання, що призвело до низького рівня фізкультурної освіченості випускників. Як наслідок, доводиться констатувати: в Україні зберігаються негативні тенденції погіршення здоров'я молоді і стає очевидним той факт, що системі охорони здоров'я навряд чи вдасться оптимально розв'язати проблему його поліпшення. У зв'язку з цим прогресивна освітня спільнота сьогодні ставить перед собою нове завдання – сформуванню у студента вміння вчитися здоров'язбереження впродовж усього життя.

Навчання здоров'язбереження у системі фізичного виховання – це процес засвоєння студентами цінностей фізичної культури, оволодіння спеціальними знаннями і життєво важливими руховими діями, результатом якого є їхня здатність самостійно «управляти» своїм здоров'ям, проводити діагностичні, профілактичні, а за потреби і реабілітаційні та корекційні заходи. Проектування процесу здоров'язбережувального навчання студентів – порівняно новий напрям у педагогічній науці, що вимагає розроблення спеціальних педагогічних методик і технологій для використання у системі фізичного виховання.

Питання загальної теорії людської діяльності висвітлено в наукових працях І. Павлова, І. Сеченова, Г. Костюка; розв'язанню проблем модернізації сучасної освіти присвячені наукові розробки І. Зязюна, О. Падалки, О. Пехоти, А. Нісімчука; засоби вдосконалення навчальної діяльності і психолого-педагогічних впливів розкрито в публікаціях В. Моляко, В. Давидова, Д. Мазохи, В. Безпалько; питанням здоров'язбереження на основі теорії і методики фізичного виховання присвячені праці О. Дубогай,

О. Тимошенка, Е. Вільчковського, Д. Давиденка, Є. Приступи, М. Носка, Т. Круцевич, І. Медведєвої, Б. Шияна та ін. Виходячи з означеного, проблемі створення та впровадження в систему освіти дітей і молоді новітніх технологій здоров'язбереження присвячені численні дослідження, однак більшість із них фокусуються лише на окремих питаннях.

Багатофункціональність системи фізичного виховання, з одного боку, і потреба формування у молоді відповідального ставлення до власного здоров'я – з іншого, обумовлюють не нагромадження і розширення здоров'язбережувальних методик і технологій навчання, а, навпаки, конкретизацію, визначеність і ґрунтовність через фундаменталізацію змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування. Визначальним стає формування фундаментальних загально-теоретичних здоров'язбережувальних знань, методичних умінь і практичних навичок на основі міждисциплінарних зв'язків, інтеграційної та синергетичної складових у системі фізичного виховання.

Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти означає істотне підвищення якості та рівня освіченості студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування з питань збереження власного здоров'я через відповідну зміну в бік ґрунтовності змістовної компоненти системи фізичного виховання, методології та методики організації процесу здоров'язбережувального навчання.

Питання фундаменталізації навчання розглядається у філософських, педагогічних вітчизняних дослідженнях (С. Семериков, М. Карлов, Л. Зоріна, З. Решетова), є спроби розглядати фундаменталізацію як важливий принцип вищої освіти (А. Субетто, В. Філіпов, А. Кочнев, Г. Дутка та ін.). Однак проблема фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладах різного професійного спрямування все ще залишається поза увагою досліджень учених, що зумовило низку протиріч:

- між низьким рівнем фізичних кондицій випускників, що є наслідком недостатнього обсягу рухової активності і зростаючими вимогами до психофізіологічної готовності майбутніх фахівців у сучасних мінливих умовах життєвої та професійної діяльності;
- можливостями процесу фізичного виховання щодо формування у студентів здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок та відсутністю мотивації до здорового способу життя у випускників вищих навчальних закладів після їх закінчення;
- вимогами, що висувуються суспільством до рівня здоров'я, фізкультурної освіченості особи випускника вищої школи, і змістовним полем дисципліни «Фізичне виховання», яке не трансформовано на сьогодні в єдину педагогічну здоров'язбережувальну технологію формування загальної фізичної культури.

Ці суперечності зумовлюють актуальність і доцільність обґрунтування наукових основ фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти та

необхідність створення педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування. У зв'язку з цим темою дисертаційного дослідження було обрано **«Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'язбережувального навчання».**

Зв'язок теми дослідження з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана в напрямі реалізації законів України «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Національної доктрини розвитку освіти, Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації». Дисертаційне дослідження виконано в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова відповідно до плану наукових досліджень «Зміст, форми, методи і засоби фахової підготовки вчителів» (протокол № 6 від 1 лютого 2007 року). Матеріали дисертації увійшли як складова частина теми науково-дослідної роботи кафедри теорії та історії культури «Людина в сучасному світі: філософсько-культурологічні виміри» (номер держреєстрації 0110U003155) філософського факультету Львівського національного університету імені Івана Франка.

Тему дисертаційного дослідження затверджено вченою радою Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (протокол № 13 від 27 травня 2010 року) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 7 від 26 жовтня 2010 року).

Мета дослідження – обґрунтування теоретико-методичних засад фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти, розроблення та експериментальна перевірка педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Для досягнення поставленої мети визначено такі **завдання**:

1. Здійснити аналітичний огляд науково-педагогічних джерел з проблеми дослідження в загальній і спеціальній психолого-педагогічній літературі.
2. Дослідити передумови та означити необхідність фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти на основі вивчення та аналізу залишкових знань, умінь і навичок щодо використання засобів фізичної культури випускниками вищих навчальних закладів – фахівцями різних галузей виробництва.
3. Розкрити зміст наукової педагогічної парадигми і загальнонаукових підходів фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти у вищій школі з позиції філософської, історичної та теоретико-методологічної сутності цієї проблеми.
4. Узагальнити філософію міждисциплінарних зв'язків і створити інтегративний навчальний курс «Основи здоров'язбереження» та відповідне навчально-методичне забезпечення для його практичного впровадження в систему фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

5. Виокремити організаційно-педагогічні умови, принципи, змістовні блоки і етапи здоров'язбережувального навчання в системі фізичного виховання студентів на основі обґрунтування теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти.
6. Обґрунтувати специфіку навчання здоров'язбереження у компетентісно орієнтованому форматі фізичного виховання та здійснити трансформацію його основних положень.
7. Розробити на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти педагогічну здоров'язбережувальну технологію навчання студентів та експериментально перевірити ефективність її використання.

Об'єкт дослідження – процес здоров'язбережувального навчання у системі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Предмет дослідження – теоретичні і методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти як основи вдосконалення процесу здоров'язбережувального навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз, систематизація, порівняння різних поглядів на досліджувану проблему; узагальнення філософської, загальної психолого-педагогічної та спеціальної літератури; контент-аналіз змісту навчальних програм, посібників, підручників з метою виявлення інноваційних підходів, особливостей технологій здоров'язбереження та процесу фізичного виховання у вищій школі;

- *емпіричні*: спостереження за життєдіяльністю студентів та випускників вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, процесом фізичного виховання студентів; бесіди; анкетування; опитування; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний етапи); аналіз медичної документації; консультації, семінари для викладачів кафедр фізичного виховання вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, проведення експериментатором модельних занять з метою встановлення особливостей навчання здоров'язбереження та здійснення фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти;

- *статистичні*: якісний і кількісний аналіз одержаних результатів дослідження; статистико-ймовірнісний, порівняльний та факторний аналіз даних для оцінювання достовірності отриманих результатів і підтвердження ефективності використання педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів, створеної на засадах фундаменталізації непрофесійної фізкультурно-оздоровчої освіти.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що *вперше*:

- обґрунтовано фундаменталізацію змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування;

- з позиції філософських положень визначено зміст теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти: обґрунтовано ноосферну педагогічну парадигму; загальнонаукові підходи, принципи та організаційно-педагогічні умови навчання здоров'язбереження у системі фізичного виховання студентів;

- створено міждисциплінарний навчальний курс «Основи здоров'язбереження» (на основі фундаменталізації змісту дисциплін: «Теорія і методика фізичного самовдосконалення», «Фізичне виховання», «Фізіологія і психологія праці») та відповідне навчально-методичне забезпечення для його використання впродовж фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування;

- розроблено та експериментально перевірено педагогічну інтегративну здоров'язбережувальну технологію навчання, створену на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти;

- виявлено компоненти і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості студентів у динаміці фізичного виховання на основі створеного тесту-опитувальника;

- встановлено особливості організації процесу фізичного виховання в компетентнісно орієнтованому форматі на основі фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти.

Удосконалено: підходи до фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування; тлумачення понять «фізкультурно-оздоровча освіта», «фундаменталізація змісту фізкультурно-оздоровчої освіти», «навчання здоров'язбереження», «педагогічна інтегративна здоров'язбережувальна технологія навчання», «компетентнісно орієнтований формат навчання здоров'язбереження», «здоров'язбережувальна компетентність», «фізкультурна освіченість»; класифікацію компетенцій і компетентностей здоров'язбереження; валеологічну концепцію фізичної підготовленості студентів. Доповнено і розширено зміст форм, методів, засобів фізичної культури в умовах фундаменталізації.

Подальшого розвитку дістали: положення про теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти вищої школи; характеристика психофізіологічних особливостей і змін, що відбуваються в організмі людини під дією рухової і трудової діяльності; особливості вікової динаміки і потенційних можливостей фізичної підготовленості студентів; ідея про оптимізацію процесу здоров'язбережувального навчання студентів засобами фізичної культури; міждисциплінарні зв'язки в системі фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що вони можуть стати основою для розробки стратегії розвитку теорії і методики фізичного виховання в Україні в сучасних умовах та в перспективі. Основні

виокремлені положення фундаменталізації можуть стати конструктивом для вдосконалення змістовних і організаційних аспектів навчання здоров'язбереження та оптимізації процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Матеріали дослідження можуть бути використані викладачами-практиками сфери фізичного виховання і спорту, методистами в системі підготовки і перепідготовки кадрів, самими студентами у процесі самостійних занять фізичною культурою. Одержані на основі фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти результати сприяють розширенню і поглибленню міждисциплінарних зв'язків у системі фізичного виховання вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, забезпеченню їх послідовності, наступності й перспективності використання з метою здоров'язбереження студентів у подальшій життєдіяльності.

Особистий внесок автора в наукових працях, підготовлених у співавторстві, полягає у виокремленні підходів до оптимізації здоров'язбережувального навчання на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування; трактуванні валеологічної концепції фізичної підготовленості та особливостей рекреаційного виховання; узагальненні психолого-педагогічних аспектів управління процесом формування здорового способу життя [4–6]; в обґрунтуванні ідеї вдосконалення теорії і методики фізичного виховання; розробленні змістовної складової дисципліни «Фізичне виховання» у сенсі формування здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок щодо застосування на практиці засобів фізичної культури і спорту [32–34]; аналізі професіограм та рівнів психофізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів; висвітленні питань виховання культури вільного часу та особливостей формування у студентів ціннісних орієнтацій до занять фізичними вправами; уніфікації сучасних підходів до визначення принципів формування здорового способу життя [18; 19; 22; 29; 40–43].

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення дисертаційного дослідження і підготовлені на їх основі практичні, методичні матеріали доповідались та обговорювались на міжнародних науково-практичних конференціях: «Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи» (м. Дрогобич, 2005 р.), «Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді» (м. Львів, 2008 р.), «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві» (м. Луцьк, 2008 р.), «Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійно-педагогічної підготовки різних верств населення» (м. Київ, 2010 р.), «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (м. Київ, 2010 р.), «Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичного виховання та спорту» (м. Київ, 2011 р.); всеукраїнських науково-практичних конференціях і семінарах: «Молода спортивна наука України» (м. Львів, 2004 р.), «Актуальні проблеми організації

фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини» (м. Львів, 2003, 2005, 2007 рр.), «Проблеми формування здорового способу життя» (м. Львів, 2007 р.), «Практична підготовка педагогічних кадрів у вищій школі в умовах інтеграції України в європейський освітній простір: стан та перспективи» (Переяслав-Хмельницький, 2012 р.); щорічних звітних конференціях за підсумками наукової роботи кафедри фізичного виховання і здоров'я Інституту фізичного виховання і спорту Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова та звітних наукових конференціях і семінарах викладачів кафедри фізичного виховання Львівського інституту банківської справи Університету банківської справи Національного банку України (м. Київ).

Упровадження результатів дослідження здійснено в навчально-виховному процесі Львівського інституту банківської справи Університету банківської справи Національного банку України (довідка № 01-015/852 від 24.10.2012 р.), Харківського інституту банківської справи Університету банківської справи Національного банку України (довідка № 191 від 15.06.2012 р.), Черкаського інституту банківської справи Університету банківської справи Національного банку України (довідка № 01-018/51 від 15.06.2012 р.), Української академії банківської справи Національного банку України (м. Суми) (довідка № 37-013/1806 від 26.06. 2012 р.), Львівського національного університету імені Івана Франка (довідка № 2568-Н від 18.06.2012 р.), Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» (довідка № 677 від 25.06.2012 р.), Львівської державної фінансової академії (довідка № 01-13/692 від 25.06.2012 р.), Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області (довідка № 2/4-504 від 15.06.2012 р.), Чернівецького національного медичного університету (довідка № 05-14 від 20.06.2012 р.).

Кандидатську дисертацію «Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю» за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти захищено 2002 року. Матеріали кандидатської дисертації в тексті докторської не використовувались.

Публікації. За темою дисертації опубліковано 44 наукові праці, 30 з яких є одноосібними. Серед наукових праць: 1 монографія, 5 навчальних посібників, 4 збірки методичних рекомендацій для студентів. За темою дисертаційного дослідження опубліковано 34 наукові статті в наукових журналах і збірниках наукових праць, з них 24 – у фахових виданнях, 10 – у збірниках тез.

Структура дисертації. Дисертаційна робота складається із вступу, п'яти розділів, висновків, 13 додатків і списку використаної літератури (569 найменувань). Повний обсяг дисертації нараховує 510 сторінок. Основний зміст роботи викладено на 407 сторінках. У тексті міститься 17 таблиць і 47 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми; розкрито зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження; розкрито наукову новизну, практичне значення одержаних результатів, наведено дані про експериментальну апробацію та результати впровадження авторської розробки, представлено структуру дисертації.

У **першому розділі «Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування як соціально-педагогічна проблема»** здійснено аналітичний огляд літератури, обґрунтовано сутність проблеми фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування; виявлено особливості історичного розвитку фізкультурно-оздоровчої освіти як педагогічної науки; проаналізовано понятійний апарат та охарактеризовано основні поняття дослідження.

В останні десятиліття проблему здоров'я в широкому розумінні світова спільнота відносить до кола глобальних. Погіршення стану здоров'я студентської молоді в Україні – це результат гострого дисбалансу між проголошеною державною політикою на збереження і зміцнення здоров'я, з одного боку, і відсутністю сучасних методик навчання в системі фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування – з іншого.

За даними науковців (Г. Апанасенко, О. Дубогай, Т. Круцевич) стан здоров'я молоді за останні роки значно погіршився. Майже 90% української молоді мають відхилення у стані здоров'я, понад 50% – недостатню фізичну підготовленість. В умовах сучасності здоров'я розглядають як багатомірний феномен, що має гетерогенну структуру, яка поєднує якісно різні компоненти і відображає фундаментальні аспекти людського існування. Поняття «здоров'я» у нашій свідомості перетворюється в досить буденний, широко використовуваний термін, над змістом якого замислюватися щодня немає ніякої необхідності, що практично не стимулює до оцінки його значущості у повсякденному житті. Особливо це явище характерно для молоді, яка, як правило, не усвідомлює вагомості цього поняття і значущість засобів фізичного виховання для підтримки його рівня. У цьому – вся складність організації навчання здоров'язбереження в системі фізичного виховання студентів, яке є складним, динамічним процесом і належить до сфер як навчання, так і виховання.

Фізичному вихованню як засобу зміцнення здоров'я і підвищення природних даних, а також фізичної підготовленості молоді протягом усієї історії розвитку людства приділяли увагу багато мислителів, філософів, просвітників, педагогів минулого і сьогодення. Чимало цінних ідей із цієї проблеми міститься в роботах античних філософів Аристотеля, Сократа і

Платона; класиків педагогіки – Дж. Локка, І. Песталоцці, К. Ушинського та інших. Величезна роль у створенні та впровадженні науково обґрунтованої системи фізичного виховання належить П. Лесгафту. Вивчення історичного досвіду минулого і сьогодення в галузі фізкультурної освіти, його теоретичне узагальнення здійснили Є. Приступа, О. Півень, А. Цьось та інші.

Результати досліджень у галузі медико-біологічних (М. Амосов, П. Анохін, Р. Баєвський, Л. Іващенко, А. Магльований) і педагогічних (Е. Вільчковський, О. Дубогай, Б. Шиян) наук свідчить, що виконання фізичних вправ є ефективним засобом забезпечення не лише загального, а й цілеспрямованого розвитку та підтримки функцій і систем організму людини, її рухового та фізичного потенціалу, анатомо-фізіологічних і психологічних можливостей.

У зв'язку з цим виникла необхідність вивчення стану й тенденцій розвитку рекреаційно-оздоровчої діяльності людини (С. Литвиненко, О. Жданова, В. Мурашов та ін.), питань теорії і методики фізичного виховання і понятійного апарату в цій сфері (О. Дубогай, Ю. Шкретій, Т. Круцевич, І. Сулейманов, Б. Шиян, М. Носко та ін.). Вивчення та інтеграція думок дослідників і узагальнення власного педагогічного досвіду вказують на те, що більш повно характеризує результат навчання здоров'язбереження в системі фізичного виховання як педагогічний процес у вищих навчальних закладах різного професійного спрямування термін «фізкультурно-оздоровча освіта студентів». На нашу думку, таке формулювання більш конкретно визначає змістовну сутність здоров'язбережувальної діяльності студентів як такої, що забезпечує їм можливість здійснювати діагностику, профілактику, підтримку та корекцію стану власного здоров'я упродовж майбутньої життєдіяльності. В умовах сучасності освіта, яку отримують студенти у вищих різного професійного спрямування, без оздоровчої спрямованості, причому, не лише практичної складової, а й теоретичної і методичної, не може задовольнити потреби молоді в отриманні необхідних знань, умінь і навичок щодо збереження власного здоров'я.

На необхідність застосування в навчальному процесі новітніх педагогічних технологій вказують видатні вчені й педагоги Б. Ананьєв, А. Белкін, І. Козловська, К. Левківський, К. Ушинський та ін. Теоретичні засади освітніх і педагогічних інновацій розглядають науковці Г. Ващенко, В. Давидов, В. Паламарчук, А. Хуторський та ін.

У педагогічній системі вищих навчальних закладів різного професійного спрямування під фізкультурно-оздоровчою освітою розуміють безліч взаємопов'язаних структурних організаційних компонентів здоров'язбережувального навчання як основи фізичного виховання, об'єднаних єдиною навчальною ціллю – продовження років повноцінного фізіологічного та інтелектуального здорового життя людини. Однак у вищих навчальних закладах увагу зосереджено на вивченні студентами дисциплін, що визначатимуть у майбутньому їхню професійну фаховість. У процесі

здоров'язбережувального навчання потрібно враховувати регламентованість, більш того, обмеженість часу практичних занять, відведеного на фізичне виховання у непрофільних вищих навчальних закладах, психологічні труднощі сприйняття студентами великого обсягу нових абстрактних понять і пропонувати лише той оптимум знань, умінь і навичок, який дозволить їм здійснювати позитивну якісну реалізацію засобів фізичної культури в повсякденному житті. Створити таке теоретико-методичне підґрунтя реально можливо на основі *фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти, головним завданням якої є виявлення змістовних компонентів кожної з наук, дотичних до процесу здоров'язбережувального фізичного виховання, виокремлення найважливіших організаційних аспектів, уніфікація нині існуючих методик, створення інтегративної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання та програми для її реалізації, що сприятиме формуванню у студентів не лише рухової культури, а й фізкультурно-оздоровчої освіченості.*

Обґрунтування шляхів і можливостей фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів непрофільних вищих навчальних закладів базувалось на основі вивчення широкого кола проблем, а саме: філософії освіти (В. Бех, І. Зязюн, М. Іщенко, В. Кремень та ін.), стратегічних напрямів і моделей сучасної освіти (Б. Гершунський, С. Гончаренко, С. Ніколаєнко та ін.), проблем реформування вітчизняної системи освіти (В. Андрущенко, І. Бех, В. Бондар та ін.).

У філософській, психологічній та педагогічній літературі здійснено аналіз фундаментальних освітніх об'єктів та фундаментальних знань і понять (В. Кондратьєв, А. Хуторський); загальних проблем, що зумовлюють необхідність фундаменталізації освіти (С. Гончаренко, В. Кінельов, М. Карлов, та ін.). Проблеми фундаменталізації сучасної вищої освіти присвячені дослідження А. Гладуна, О. Голубевої, А. Суханова, В. Сергієвського та ін. Фундаменталізацію як принцип сучасної вищої освіти розглядали А. Субетто, В. Кінельов, В. Філіппов, А. Кочнев, Г. Дутка та ін.

Між тим питання фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, практично не досліджувалось. Ця обставина зумовлює необхідність наукового пошуку шляхів фундаменталізації в методологічному, теоретичному і практичному аспектах. Методологічний концепт відображає взаємозв'язки та інтеграцію наукових підходів до вивчення проблеми фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у динаміці здоров'язбережувального фізичного виховання. Теоретичний – зумовлює необхідність визначення міждисциплінарних зв'язків у процесі фізичного виховання вищої школи і, відповідно, обґрунтування системи формування фундаментальних здоров'язбережувальних знань на основі компетентісно орієнтованого формату навчання. Практичний концепт являє собою створення єдиної інтегративної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

У другому розділі «Передумови фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у практиці здоров'язбереження» представлено результати констатувального етапу педагогічного експерименту та підтверджено необхідність фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування; охарактеризовано науково-теоретичні і практичні проблеми фізичного виховання як фундаментальної основи здоров'язбережувального навчання.

Констатувальний експеримент тривав упродовж 2007–2008 років і передбачав анонімне опитування випускників вищих навчальних закладів різного професійного спрямування та різного віку з метою пролонгованої оцінки ефективності процесу навчання здоров'язбереження в системі фізичного виховання. В експерименті взяли участь медики, представники економічних і технічних спеціальностей та працівники сфери фізичної культури і спорту. Загалом на цьому етапі в дослідно-експериментальній роботі взяли участь 368 осіб віком від 25 до 50 років. Соціальна значущість і необхідність дослідження рівня залишкових знань, умінь і навичок з питань фізичної культури у випускників зі стажем роботи 5 років і більше пояснюється тим, що суспільні трансформації за період професійної діяльності могли вплинути на зміну їхніх ціннісних орієнтацій щодо необхідності здоров'язбереження.

Опрацювання результатів здійснювалось із використанням програмного комплексу SPSS Version 13. Похибка програмного комплексу становила $\pm 3\%$.

Для виявлення та об'єктивізації більш вузького кола проблем, що існують на сьогодні в системі фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, подальшого дослідження основних напрямів фундаменталізації вивчався практичний досвід випускників щодо використання засобів фізичної культури, їхня фізична активність; готовність кожної людини до самооцінки рівня здоров'я, а у зв'язку з цим і їх здатність впливати на власну працездатність; взаємозв'язок між рівнем здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок, отриманих випускниками під час навчання у вищих навчальних закладах, та їхнім способом життя.

Вивчення практичного досвіду випускників щодо використання засобів фізичної культури, їхньої фізичної активності свідчить про те, що взагалі не займаються фізичною культурою і спортом 58,9% осіб, займаються фізкультурою 32,4% осіб, займаються спортом 8,7% осіб. Найбільша кількість з тих, хто не займається фізкультурою (34,0%), – це молоді люди 25–30 років, а найбільша кількість тих, хто займається (14,6%), – особи 31–40 років. Характерно, що представники технічних, економічних спеціальностей і медики є найменш активними у віці 25–30 років (відповідно 8,8; 8,9 і 3,8% осіб). Як це не парадоксально, випускники інститутів фізичної культури, які працюють за фахом, з віком стають менш активними щодо занять фізичними вправами (відсоток тих, хто займається, знизився від 11,3% осіб у віці 25–30 років до 5,3% осіб у віці 41–50 років).

Відрізняється фізична активність людей у святкові, вихідні та робочі дні, причому, на перший погляд, досить парадоксально. Якщо протягом робочого тижня жодної години для фізичного самовдосконалення не виділяють 22,2% осіб, то впродовж святкового тижня їх кількість становить 47,6%. Вибір форм фізкультурних занять людьми зводиться до 2–4 вправ, причому виконувати вони їх бажають не відходячи від робочого місця, а причиною для таких занять є загальний незадовільний стан, болі у хребті, головний біль та болі в суглобах (відповідно 55,1; 21,6; 12,5 та 10,8% осіб).

Як наслідок, свій рівень фізичного стану, фізичної підготовленості визнали як задовільний – 65,6% осіб, поганий – 25,1% осіб і лише 9,3% осіб – як добрий. Найбільша кількість тих, хто визнав свій рівень фізичного стану, фізичної підготовленості як поганий (10,4% осіб), – це люди найбільш працездатного віку, тобто 31–40 років.

Спонукають людей до занять фізичними вправам суспільні цінності, на що вказали 43,8% осіб, і це логічно, адже саме в суспільній праці людина інтегрує в життєву позицію різноманітний індивідуальний і соціальний досвід, а її духовна соціалізація, морально-психологічна підготовка до життя в сучасному суспільстві стає зараз однією з найважливіших функцій фізичної культури.

У профілактичну дію фізичних вправ вірять 94,1% осіб. Однак із 5,9% тих осіб, які висловлюють недовіру до корисності фізичних вправ на організм людини, 3,2% опитаних становлять медики. Більшість людей окреслюють значущість рекреаційного спрямування фізичних вправ. З них 10,3% осіб – це спеціалісти економічного профілю, 10,8% осіб – люди технічних спеціальностей, 9,7% осіб – працівники сфери фізичної культури та спорту. Характерно, що на лікувальний вплив фізичних вправ вказали лише 8,6% медиків.

Проблему оцінки здоров'я спеціалістами, які закінчили вищі навчальні заклади, ми розглядали в аксіологічному контексті, а саме аналізували їхню здатність сприймати цінності здоров'я з позиції мислення, мотивації до здорового способу життя на основі вивчення взаємозв'язку між характеристиками їх життєдіяльності, віку та специфікою професії. Отримані дані вказують на те, що більшість опитаних визнали свій рівень здоров'я як середній – 77,6% осіб, дуже хорошим вважають свій стан здоров'я 0,5% осіб (це працівники сфери фізичної культури і спорту віком 41–50 років), хорошим – 18% опитаних, а 3,9% опитаних нами осіб визначили його як поганий (це економісти і медики).

Стресові ситуації, що доводиться переживати людям, зумовлені специфікою їхньої професійної діяльності: відповідальність за життя людей провокує щотижня стреси у працівників сфери фізичної культури і спорту та медиків (відповідно 28,4 і 27,2% осіб); фінансова відповідальність – в економістів (25,9% осіб). Рідше стресові ситуації завдають шкоди представникам технічних спеціальностей (18,5% осіб).

На погане самопочуття через брак відпочинку вказують 50,3% осіб, причому з віком кількість людей, котрі мають такі скарги, зростає. На частий головний біль, брак сну та посилене серцебиття скаржаться, відповідно, 32,8; 14,2 і 2,7% опитаних. Найбільша кількість хронічних недуг, які спостерігаються в родичів опитаних нами осіб, – це серцево-судинні захворювання (59,6% осіб). З них: інфаркти – 31,7% осіб, стенокардія – 4,9% осіб, гіпертонія – 23,0% осіб. Кількість осіб, які не знають і ніколи не задумувалися про свої спадкові хвороби, становить 22,4% осіб. Випадки раптової смерті у віці до 50 років траплялися в 7,7% родичів опитаних. На цукровий діабет хворіли родичі 9,8% опитаних, а 0,5% осіб засвідчили, що вони не знають і не розуміють таких термінів.

Слід зазначити, що 50% опитаних нами осіб продемонстрували певний рівень необізнаності і не змогли вказати власних показників артеріального тиску, частоти серцевих скорочень, маси тіла та зросту. З них 5,6% осіб – це працівники сфери фізичної культури і спорту, 19,0% осіб – економісти та 25,4% осіб – представники технічних спеціальностей.

Про когнітивну складову готовності людини керувати особистим здоров'ям можна судити за наявністю в неї обґрунтованого уявлення про суттєвість здорового способу життя; умінням оцінювати особистий рівень здоров'я і ступінь патологічних відхилень у власному організмі; спроможністю диференційовано впроваджувати засоби та методи фізичної культури певної спрямованості для своєчасного збереження здоров'я.

Рівень залишкових знань, умінь і навичок щодо використання засобів фізичної культури вважають достатнім 38,9% опитаних, а 61,1% осіб визнали свій рівень знань, умінь і навичок недостатнім. Серед тих, хто вважає свій рівень знань, умінь і навичок достатнім для того, щоб підтримувати свій стан здоров'я, – 15,7% молодих людей віку 25–30 років, 11,4% людей у віці 31–40 років і 11,8% осіб – віку 41–50 років. Недостатнім цей рівень вважають 27,6% опитаних 25–30 років, 16,8% осіб – 31–40 років і 16,7% осіб – 41–50 років. Серед тих, хто вважає свої знання, уміння і навички щодо використання фізичних вправ недостатніми, найбільше економістів і техніків (відповідно 23,2 і 21,2% осіб). Окрім них, є медики (9,7% осіб), працівники сфери фізичної культури та спорту (5,4% осіб) і 1,6% осіб – це представники інших професій.

Як наслідок, аналіз даних щодо самооцінки людьми рівня здоров'я-збережувальної компетентності вказує на те, що 65% осіб не вважають себе компетентними в питаннях збереження власного здоров'я. Серед них: 22,2% осіб – представники економічного фаху, 22,8% осіб – техніки, 11,2% осіб – медики, 8,7% осіб – працівники сфери фізичної культури і спорту, 0,1% осіб – представники інших спеціальностей. Компетентними в цих питаннях вважають себе 30% осіб. Це представники медичного фаху – 10,4% осіб, сфери фізичної культури і спорту – 10,1% осіб, економісти і техніки – відповідно 5,1 і 3,9% осіб та 0,5% осіб інших спеціальностей. Були і такі, хто не змогли оцінити рівень своєї здоров'язбережувальної компетентності, – це 5% опитаних.

Встановлено, що ціннісно-мотиваційні установки на здоров'язбереження не сприяють реальному практичному використанню розширеного рухового режиму колишніми випускниками в повсякденному житті, що вказує на їхній недостатній рівень переконань у потребі самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Узагальнивши дані, отримані на цьому етапі досліджень, можна констатувати, що основними причинами, які певною мірою не сприяють формуванню фізкультурної освіченості студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування у процесі навчання здоров'язбереження, є: перевага практичних занять і слабкий теоретичний блок у методиці викладання фізичного виховання; спрямованість на вдосконалення фізичних якостей і розвитку рухового потенціалу, що нівелює і зменшує можливість формування методичних умінь.

Проведений нами математичний і статистичний аналіз отриманих результатів анкетування підтверджує відсутність взаємозв'язку між рівнем залишкових здоров'язбережувальних знань випускників і практичним використанням ними засобів фізичної культури у способі життя, тобто їхньою реальною фізичною активністю. Це підтверджують як числові значення критерію Пірсона $\chi^2 = 0,0018$, так і коефіцієнта Чупрова ($K_c = 0,008$), що є близькими до нуля.

Вищевикладений фактаж вказує на те, що на сьогодні навчання здоров'язбереження в системі фізичного виховання вимагає врахування всіх соціально-економічних і духовно-політичних процесів, а система фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування потребує фундаменталізації змісту на основі глибокого філософсько-методологічного підґрунтя. Лише такий підхід сприятиме становленню та розвитку особистості студентів і забезпечить їх виключно найважливішими, ґрунтовними знаннями про життєдіяльність людини, вміннями збільшувати резервні можливості власного організму і сприятиме виникненню потреби у практичному використанні засобів фізичної культури для збереження свого здоров'я.

У третьому розділі «**Філософсько-методологічні основи фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів**» здійснено філософське узагальнення знань про людину і вивчення філософських законів та категорій. Розкрито особливості ноосферної педагогічної парадигми і загальнонаукових підходів як теоретичних засад фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти. Проаналізовано соціальну природу філософії міждисциплінарних зв'язків у контексті фундаменталізації. Обґрунтовано сутність міждисциплінарного навчального курсу «Основи здоров'язбереження» для студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Процес фізичного виховання у вищій школі розглядався з позиції постнекласичної методології. Методологія класичної системи фізкультурно-оздоровчої освіти у вищих навчальних закладах різного професійного

спрямування розглядалася нами як система, яка абстрагується від діяльнійшої природи суб'єкта, неklasична методологія використовує цю природу, постнеklasична – наповнює її соціокультурним, здоров'язбережувальним контекстом. Спираючись на трактування змісту постнеklasичної методології, процес навчання здоров'язбереження можна розглядати як саморозвиваючу відкриту технологію фізичного виховання, компонентом якого є сама людина. Першочерговим завданням стає перетворення знань у здоров'язбережувальне мислення, а далі через погляди, усвідомлення, переконання – у відповідальність, поведінку, самодисципліну і нарешті – у здоровий спосіб життя.

Вихідним концептуальним положенням і теоретичним підґрунтям фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти є ідея єдності світу. Ця єдність визначає ноосферну педагогічну парадигму фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти. З огляду на це процес навчання здоров'язбереження у системі фізичного виховання – це ноосферний процес, в якому пізнання, свідомість і дії набувають єдиного сенсу з метою формування людини для біосфери. Ноосферизм у змісті фізкультурно-оздоровчої освіти студентів різного професійного спрямування є парадигмою, яка означає використання життєвих сил організму на всіх рівнях буття.

Теоретичний концепт ноосферизму підсилюють загальнонаукові підходи, які здатні відобразити дані про взаємозв'язки між фізичним, розумовим, моральним та іншими сторонами єдиного процесу розвитку. Основними загальнонауковими підходами нами визнано: гуманістичний, інтегративний, міждисциплінарний, знанняцентричний, діяльнійший, синергетичний, кібернетичний, аксіологічний, андрагогічний, культурологічний.

За основу фундаменталізації системи фізкультурно-оздоровчої освіти вищої школи було обрано філософське вчення про людину, яке розкриває діалектику природи та суспільства, слугує науковою основою дослідження і сприяє інтеграції міждисциплінарних зв'язків в єдину педагогічну здоров'язбережувальну технологію навчання студентів засобами фізичної культури, оскільки сучасна філософія розглядає людину в поєднанні фізичної і психічної її природи. Єдність соціального і біологічного у процесі людського розвитку пояснює механізм дії соціальної складової через сукупність внутрішніх умов існування людського організму. Вивчення людини – це складна система, яка охоплює майже весь діапазон пізнання і висуває нові вимоги до філософського вчення про людину. Така філософія в сучасних умовах, на нашу думку, повинна спиратися на великий ряд спеціальних наук, багато з яких виникли лише в останнє десятиліття.

Мотиви збереження здоров'я тісно пов'язані з руховою (трудовою) діяльністю, усім суспільним розвитком особистості і є потужним суб'єктивним чинником підвищення продуктивності праці. Ринкова економіка нашої держави характеризується нестабільністю, наявністю кризових ситуацій, безробіттям, що створює такі життєві умови, які вимагають максимуму фізичного здоров'я у майбутніх випускників. Жорстка, а інколи і «нездорова» конкуренція

випускників на ринку праці, залежність від бізнес-інтересів роботодавців, що вимагає від молодих людей психологічної стійкості, високої розумової і фізичної працездатності та неабиякої опірності організму до шкідливих впливів зовнішнього середовища. На сучасному ринку праці потрібна виключно здорова людина, тому роботодавці віддають перевагу саме таким фахівцям.

У зв'язку з цим вивчення спрямованості трудових процесів на фізіологію працездатності і втомлюваності не може не враховуватися у процесі навчання здоров'язбереження, адже людина як суб'єкт праці є свідомий виробник матеріальних і культурних цінностей, від рівня здоров'я і ступеня активності якої багато в чому залежить продуктивність праці і, зокрема, ефективність засобів праці, які нею створюються і впливають на рівень здоров'я.

Найбільш характерним і необхідним проявом фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти є інтеграція наукових дисциплін сфери людинознавства і розвиток міждисциплінарних зв'язків. Створений нами *міждисциплінарний навчальний курс «Основи здоров'язбереження»* включає теорію, технологію, тілесно орієнтовану методику, педагогіку і психологію та ґрунтується на особливостях організації процесу фізичного виховання.

Концептуально важливим є те, що зміст цього курсу спрямовано на формування у студентів будь-якого за профілем навчального закладу теоретичних знань, методичних умінь і практичних навичок використовувати засоби фізичної культури для того, щоб не просто вижити в жорстких умовах сучасності, а й бути конкурентоспроможними, високопрацездатними, достойно пристосовуватися до суспільних умов та якомога довше зберігати своє здоров'я і професійну активність.

Логіка вивчення можливої інтеграції змісту різноспрямованих навчальних програм і власний педагогічний досвід дозволили пропонувати для об'єднання в єдиний курс такі дисципліни:

- теорія і методика фізичного самовдосконалення (рекреація, реабілітація, теорія і методика навчання рухових дій);
- фізичне виховання (практичне застосування знань – заняття фізичними вправами, будь-яким видом спорту тощо);
- фізіологія і психологія праці (анатомія, фізіологія, психологія трудових процесів тощо).

Викладання навчального курсу «Основи здоров'язбереження» здійснювалося за рахунок годин вибіркового блоку дисциплін робочих навчальних планів.

Вивчення теорії і методики фізичного самовдосконалення передбачало формування методичних умінь з питань не стільки техніки рухів, скільки вдосконалення психомоторних здібностей для автоматизованого управління механізмами дії (реактивність, оперативність, моторна стабільність, що лежать в основі формування рухових навичок). Особливу увагу було зосереджено на розвитку здатності до дій, пов'язаних із рефлексією, формуванням зважених рішень, що зумовлює розвиток основних рухових умінь. При цьому рефлексія

розглядалась як компонент структури діяльності, як механізм самопізнання і саморозуміння, що сприяє формуванню рефлексивності. Іншими словами, навчання було спрямовано на зміну якості знань з питань здоров'язбереження і в підсумку – рівня компетентності та оздоровчо-рухової освіченості студентів. Саме це вплинуло на розуміння ними механізмів формування психофізичної природи фізкультурної діяльності та дало змогу усвідомити впливи цієї діяльності на власний організм.

Цикл практичних занять із фізичного виховання передбачав навчання студентів не лише сукупності діагностичних, профілактичних і корекційних заходів, а й демонстрував способи розширення та збагачення рухового досвіду людини для підтримки і збереження власного здоров'я, реалізацію теоретичних знань і рухових умінь із теорії і методики фізичного самовдосконалення. Фактично заняття з фізичного виховання передбачалися як предмет проектування раціоналізації праці і психічного управління у процесі навчання здоров'язбереження на основі знань із фізіології і психології праці.

Фізіологія і психологія праці – розділ, у якому вивчалися зміни, що відбуваються в організмі людини під впливом трудової діяльності, окреслювались і розроблялися заходи раціоналізації праці, що сприяло збереженню працездатності на високому рівні. Студентів навчали заходів збереження власного здоров'я не відокремлено від впливів на організм трудової діяльності, а з урахуванням її спрямування та біомеханічних особливостей, оскільки неможливо розглядати людину поза працею. Такий підхід сприяв формуванню у студентів умінь керувати трудовими процесами таким чином, щоб не завдати шкоди власному здоров'ю.

Завданням теорії і методики фізичного самовдосконалення студентів було формування системи спеціальних умінь, які дозволяють оперувати загальними поняттями, закономірностями, принципами, фактами, правилами теорії і практики, а цикл занять із фізичного виховання сприяв розвитку фізичних якостей, рухових навичок і забезпечував належний рівень фізичної підготовленості оздоровчого спрямування. Завдяки ж знанням психофізіологічних характеристик професійної діяльності у студентів відбувалося формування думок і почуттів, ціннісних орієнтацій, інтересів і потреб, переконань тощо.

Інтеграція означених теоретичних фрагментів сприяла тому, що головними функціями міждисциплінарного здоров'язбережувального навчального курсу були дослідницька (аналіз психофізіологічних процесів з погляду науки), прогностична (прогнозування здоров'язбережувальної діяльності), управлінська (розвиток тілобудови і поліпшення фізичного стану студентів) і рекреаційна (формування культури вільного часу). Психолого-педагогічна спрямованість курсу: формування особистості, яка здатна з відповідальністю ставитися до збереження власного здоров'я. Зміст розроблявся на основі науково обґрунтованої методології та концепції міждисциплінарної інтеграції вищевказаних навчальних дисциплін.

Таким чином, фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти передбачалась нами як реалізація єдності змісту, функцій і структури фізичного

виховання, оскільки нівелювання її форм суттєво гальмує впровадження педагогічних технологій, методик та організаційно-педагогічні процеси навчання здоров'язбереження.

У четвертому розділі «Теоретичні і методичні аспекти та організаційно-педагогічні умови навчання студентів здоров'язбереження на засадах фундаменталізації» розкрито сутність і зміст теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти в умовах навчання здоров'язбереження; визначено організаційно-педагогічні умови, змістовні блоки і принципи фундаменталізації здоров'язбережувального навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, обґрунтовано необхідність організації цього процесу в компетентісно орієнтованому форматі.

Аналіз ефективності впливу фундаменталізації на процес здоров'язбережувального навчання показав, що теоретико-методичні засади фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти як предмет дослідження складаються з елементів, що відрізняються способом їх зв'язку і характеризують власну структуру, тобто цей предмет є фактично структурно оформленим змістом (рис. 1).

Здоров'язбережувальна компетенція – це готовність випускника до застосування на практиці знань, умінь і навичок, отриманих у процесі здоров'язбережувального навчання, за чіткого розуміння значущості їх використання. Компетентність здоров'язбереження – це готовність випускника до випробувань, які щоденно ставить перед нами суспільне життя, природні умови; здатність самостійно вирішувати проблеми щодо збереження свого здоров'я, а також збільшувати тривалість років здорового життя через систему моделювання і прогнозування способів використання як засобів фізичної культури, так і можливих змін у стані власного здоров'я. У цьому контексті поняття «компетентність» є ширшим, а поняття «компетенція» – більш конкретним і звуженим. Компетентність виступає актуалізацією комплексу компетенцій, що визначають зміст цієї компетентності.

Фізкультурно-оздоровчу діяльність можна трактувати як форму прояву та формування компетенцій і компетентностей. Рівень здоров'язбережувальної компетентності студентів в освітньому просторі визначається фундаментальністю змісту непрофесійної фізкультурно-оздоровчої освіти, є свідченням її якості та показником освіченості студентів у питаннях збереження власного здоров'я. Здатність студентів зберігати, поліпшувати і підтримувати своє здоров'я – це вищий прояв компетентності, відображення їхньої фізкультурної освіченості.

Важливим підґрунтям для реалізації взаємозв'язків у змісті теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти є організаційно-педагогічні умови, від яких фактично залежить результативність та ефективність процесу здоров'язбережувального навчання. Організаційно-педагогічні умови навчання здоров'язбереження в умовах фундаменталізації

відображають ієрархічні взаємозв'язки між змістовними блоками, а тим аспектом, який підкреслює значущість усіх підходів, є спеціально визначені принципи. Етапами у процесі навчання здоров'язбереження є діагностичний, адаптаційний, аналітично-коригувальний і підсумковий.

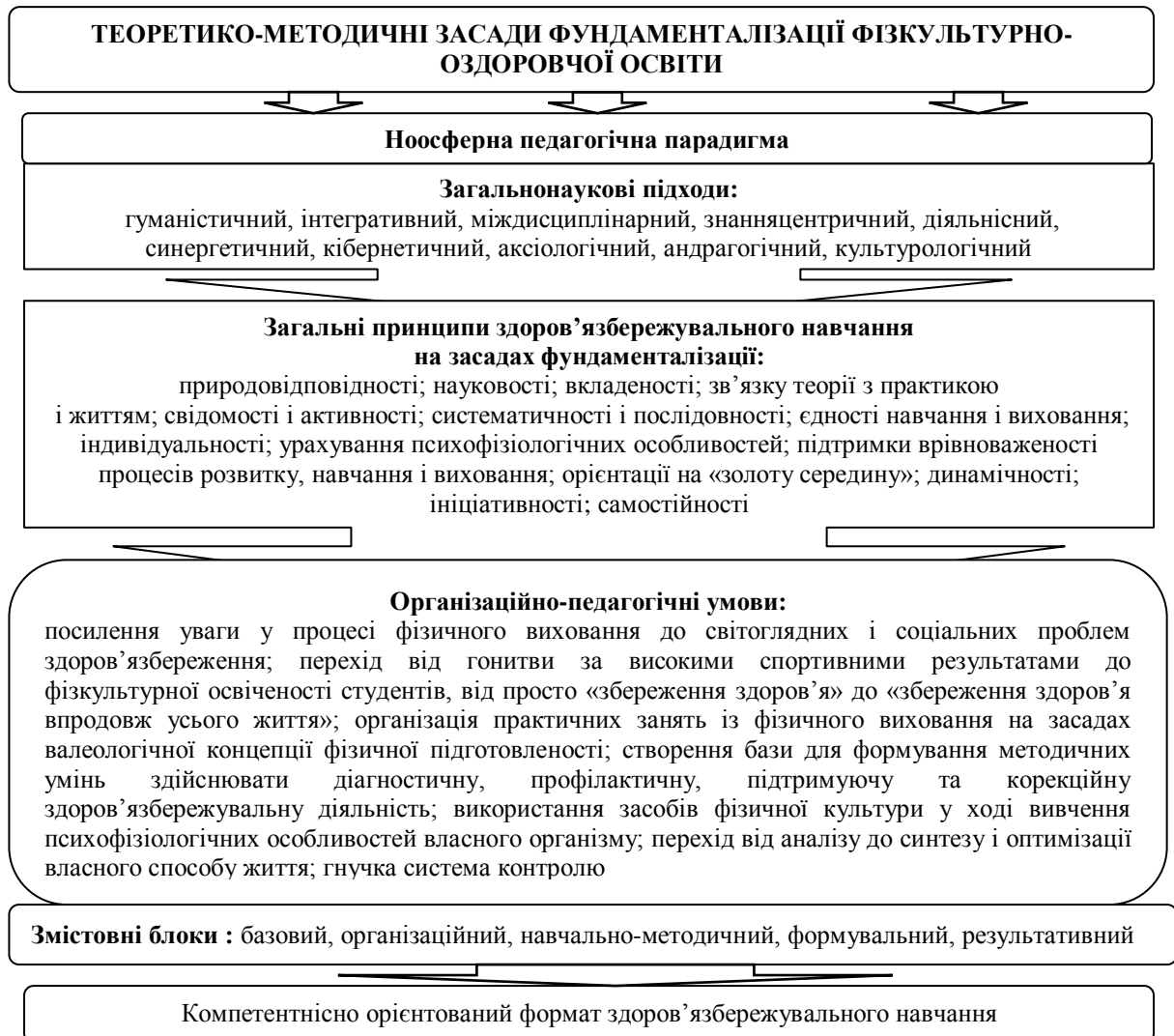


Рис. 1. Теоретико-методичні засади фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів

Сутність змісту та організація здоров'язбережувального навчання студентів в умовах фундаменталізації передбачала послідовну (шість семестрів навчання) реалізацію трьох взаємопов'язаних психолого-педагогічних методичних аспектів на заняттях із фізичного виховання: предметно-професійного, фізкультурно-оздоровчого і соціально-поведінкового (рис. 2).

Під час організації занять із фізичного виховання значну увагу було зосереджено на реалізації сучасних методик оздоровлення; навчання осмислювати оздоровчі впливи фізичних вправ і розуміти можливості їх застосування.



Рис. 2. Сутність змісту практичних здоров'язбережувальних занять у системі фізичного виховання студентів в умовах фундаменталізації

Ураховувалися методичні аспекти, які допомагали майбутнім випускникам – фахівцям різних галузей виробництва усвідомлювати пріоритети фізичного виховання для формування індивідуального здоров'я, формувати в них спроможність управління процесом здоров'язбереження і вміння до своєчасного використання корекційних заходів.

Найважливішими формами проведення здоров'язбережувальних занять є лекції, семінари, практичні і комбіновані заняття, самостійна та індивідуальна робота, заняття в оздоровчих гуртках, наповнені інноваційним змістом. Дієвими методами при цьому нами визнано: інформаційно-розвивальні, дискусійно-конструктивні та проблемно-пошукові. Важливим аспектом є поєднання розповіді, демонстрації та пояснення. Реалізація цих методів відбувається через використання мультимедійного та аудіовізуального комплексів. Щодо засобів, то найважливіші з них – фізичні вправи. Окрім них, такими засобами можна визнати індивідуальні здоров'язбережувальні програми, тестові завдання, комп'ютерні тестування.

Упродовж навчально-пізнавальної діяльності використовувались різні форми активізації абстрактного мислення: поняття (виділення ознак), думки (твердження і заперечення властивостей предмета) і висновки (узагальнення думок).

Системний підхід до пізнання сутності фізкультурно-оздоровчої діяльності здійснювався на основі аналізу фактів, їхнього узагальнення і висновків, що, безперечно, сприяло активізації студентів до ретроспективного пошуку інформації, систематизації, аналізу і синтезу, накопичення індивідуального здоров'яформуючого інформаційного банку. Показниками гуманізації процесу здоров'язбережувального навчання було відвідування студентами занять із фізичного виховання у зручний для них час. Це дало можливість урахувати життєві біоритми кожного зі студентів, що створювало в них певний ступінь комфортності.

Система фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування в умовах фундаменталізації характеризується послідовною реалізацією основних структурних елементів новоствореної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання.

У п'ятому розділі «**Організація, проведення і результати дослідно-експериментальної роботи**» описано формувальний і контрольний етапи педагогічного експерименту; здійснено перевірку та оцінку ефективності педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання.

Розроблена на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання для студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування є певною структурованою схемою, особливостями якої є те, що вона призначена для формування фізкультурної освіченості у студентів шляхом об'єднання компонентів змісту фізкультурної діяльності, методичних засобів і психофізіологічних змін в організмі людини у процесі праці (рис. 3).

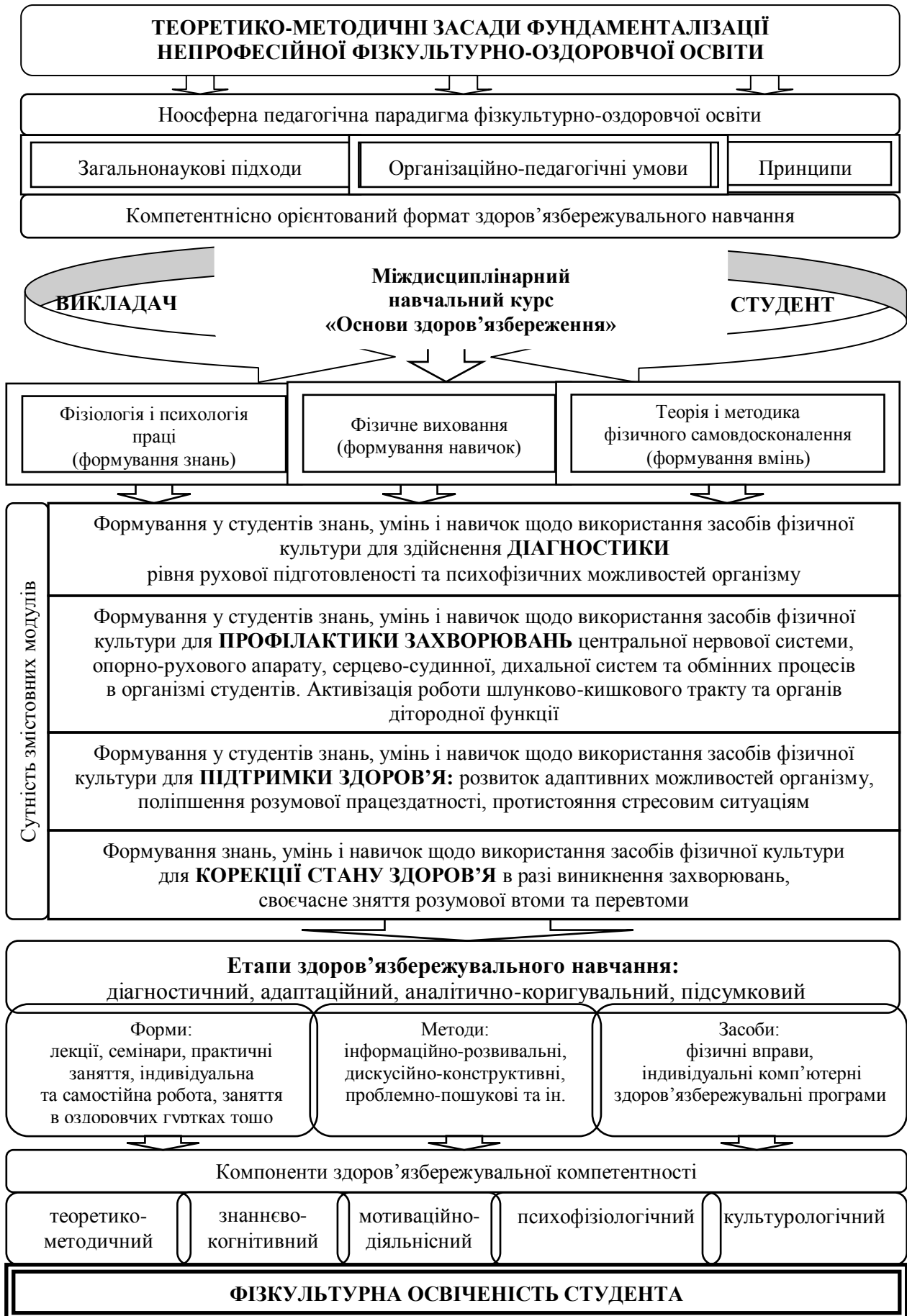


Рис. 3. Структурні елементи здоров'язбережувальної педагогічної технології навчання студентів

Педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання побудована згідно з вимогами дидактики, не є відокремленою від існуючої освітньої теорії і враховує весь попередній досвід прогресивної педагогічної думки.

Упродовж 2009–2011 навчального року тривав педагогічний експеримент (формувальний і контрольний етапи). Експериментальною базою слугували Львівський, Черкаський і Харківський інститути Університету банківської справи Національного банку України (м. Київ). Анкетування та статистико-ймовірнісний аналіз якісних і кількісних показників проводилися до початку педагогічного експерименту та після його завершення. Загалом учасниками дослідно-експериментальної роботи стало 1 018 осіб.

Усі студенти, які брали участь у проведенні експериментального дослідження (370 осіб), були поділені на дві групи:

контрольна (КГ) – навчально-виховний процес із фізичного виховання відбувався у звичному режимі (184 особи);

експериментальна (ЕГ) – процес фізичного виховання супроводжувався впровадженням педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання, створеної на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти. Учасниками цієї групи були 186 осіб. Активним педагогічним чинником став авторський варіант міждисциплінарного, інтегративного здоров'язбережувального навчального курсу «Основи здоров'язбереження» і відповідного навчально-методичного забезпечення.

Узагальнення даних анкетування студентів на *формуальному етапі педагогічного експерименту* здійснювалось у трьох аспектах. По-перше, це стосувалося результатів, що свідчать про впливи педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання на зміну обсягів фізичної активності студентів, іншими словами – визначали, чи збільшилася кількість студентів, які займаються фізичними вправами. По-друге, проводилась перевірка ефективності використання міждисциплінарного навчального курсу «Основи здоров'язбереження» з метою встановлення рівня та якості теоретичних здоров'язбережувальних знань, отриманих студентами. І третє – вивчення динаміки пропусків занять студентами контрольної та експериментальної груп через простудні захворювання на основі даних медичних довідок.

Після навчального року в ЕГ, де навчально-виховний процес із фізичного виховання було організовано на основі розробленої автором технології, кількість студентів, які активно займаються фізичними вправами, зросла до 91,3%, а в КГ – лише до 56,5%. Отримані дані t -критерію Стюдента: $|t_{\text{емпіричне}}| = 8,285$, а $t_{\text{критичне}} = 1,96$ ($8,285 > 1,96$) підтверджують з імовірністю 0,95 (або 95%) різне ставлення студентів КГ та ЕГ до занять фізичними вправами, що фактично свідчить про різний рівень їхньої фізичної / рухової активності, – більш позитивний ефект спостерігається в ЕГ.

Лише 4,3% студентів КГ як до, так і після експерименту вважали свої знання достатніми для того, щоб здійснювати заходи зі збереження власного здоров'я. Водночас після експерименту 95,6% опитаних ЕГ схвально оцінили

отримані знання порівняно із 4,4% студентів, що вважали ці знання достатніми до експерименту.

Для виявлення статистичної значущості між отриманими результатами використовувався коефіцієнт сили зв'язку Крамера і критерій Пірсона (χ_2). Після експерименту для заданого рівня значимості $\alpha = 0,05$ критерій Пірсона ($\chi_{\text{табл}}^2$) становив $307,359 > 0$, а Крамера ($K_{\text{Крамера}} = 0,835$). Це є свідченням того, що використання авторського міждисциплінарного навчального курсу «Основи здоров'язбереження» позитивно вплинуло на рівень сформованості здоров'язбережувальних знань у студентів ЕГ.

На основі вивчення навчальної документації щодо динаміки змін пропусків занять у зв'язку із простудними захворюваннями студентами контрольної та експериментальної груп упродовж року були отримані результати, які свідчили про зменшення їх кількості у студентів експериментальної групи (рис. 4).

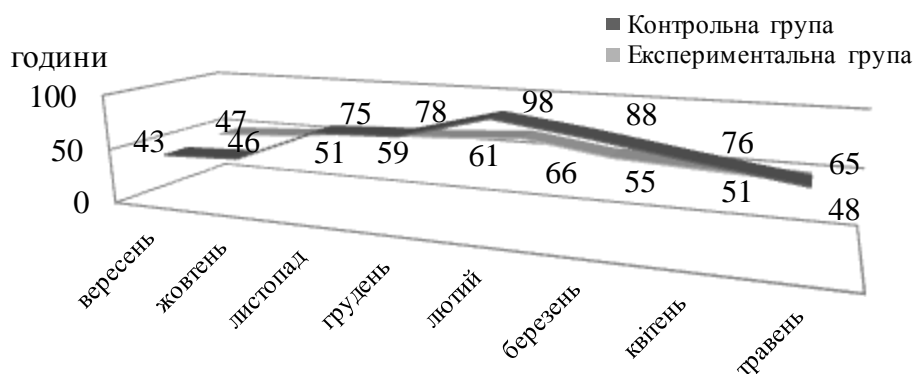


Рис. 4. Динаміка пропусків занять у зв'язку із простудними захворюваннями студентами КГ та ЕГ упродовж навчального року (кількість годин)

Студенти КГ пропустили 569 годин навчальних занять через захворювання, а студенти ЕГ – 438 годин. На одного студента КГ припадає в середньому 12,3 години, а на одного студента ЕГ – це 9,5 години. У вересні кількість пропущених годин у зв'язку із захворюваннями є практично однаковою: 43 години у КГ і 47 – в ЕГ.

Контрольний етап педагогічного експерименту здійснювався у трьох напрямках: вивчення змін морфофункціональних показників організму студентів; відслідковування динаміки змін показників рівня їхньої фізичної підготовленості та самооцінка студентами ступеня сформованості здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості.

Аналіз динаміки змін морфофункціональних показників засвідчив позитивні зрушення рівня фізичного здоров'я ($p < 0,05$) у студентів ЕГ, у той час коли у студентів КГ таких змін не відбулося. Якщо на початку середнє значення цього показника було $0,56 \pm 1,1$ ум. од. (56%), що відповідає середньому рівню оціночної таблиці, то наприкінці експерименту він

збільшився до $0,71 \pm 1,1$ ум. од. (71%), що дозволяє визнати рівень фізичного здоров'я студентів ЕГ як такий, що вищий від середнього.

Відбулися також позитивні зміни індексу функціональних змін ($\rho < 0,05$) у студентів ЕГ: від $2,8 \pm 0,02$ ум. од. до експерименту, що вказує на напругу механізмів адаптації до $2,6 \pm 0,01$ ум. од. після експерименту, а це свідчить про задовільний рівень адаптації. У студентів КГ рівень адаптації залишився на незадовільному рівні.

Аналіз показників індексу Скібінського ($\rho < 0,05$) вказує на те, що у студентів КГ як до, так і після експерименту рівень функціональних можливостей є задовільним. Водночас в ЕГ до експерименту середнє значення ($24,5 \pm 1,7$ ум. од.) відповідало задовільному рівню оцінки рівня функціональних можливостей організму студентів, після експерименту цей рівень можна визнати як добрий ($36,6 \pm 1,7$ ум. од.) (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка змін морфофункціональних показників студентів
контрольної та експериментальної груп (ум. од.)

| Статистичні показники | Контрольна група ($n = 184$) | | | | | | Експериментальна група ($n = 186$) | | | | | |
|-----------------------|--------------------------------|------|-----------|--------------------|------|-----------|--------------------------------------|------|-----------|--------------------|------|-----------|
| | до експерименту | | | після експерименту | | | до експерименту | | | після експерименту | | |
| | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. |
| РФЗ | 0,55 | 0,05 | 0,02 | 0,62 | 0,04 | 0,02 | 0,56 | 2,2 | 1,1 | 0,71 | 2,3 | 1,1 |
| ІФЗ | 2,8 | 0,05 | 0,02 | 2,7 | 0,05 | 0,02 | 2,8 | 0,05 | 0,02 | 2,6 | 0,03 | 0,01 |
| ІС | 24,6 | 3,3 | 1,6 | 25,9 | 2,9 | 1,4 | 24,5 | 3,4 | 1,7 | 36,6 | 3,4 | 1,7 |

Примітка. Різниця статистично значима за $\rho < 0,05$.

Для доведення достовірності і значущості отриманих даних рівня фізичного здоров'я, індексу функціональних змін та індексу Скібінського було визначено статистичний критерій ($|z_{емп}|$), що застосовується для виявлення взаємозв'язку або відмінностей між досліджуваними ознаками до і після експерименту та визначення їх значущості для генеральної сукупності.

У КГ статистичний показник (за $\alpha = 0,05$) становив $|z_{емп}| = 0,43 < 1,96 = z_{кр}$, що свідчить про рівність показників фізичного здоров'я студентів до і після експерименту. У студентів ЕГ відбулося зрушення цього показника до 0,9 ум. од., що може бути свідченням їхньої більш активної участі у фізкультурно-оздоровчій діяльності. Приріст цього статистичного показника на 0,36 ум. од. для генеральної сукупності є показовим, адже зрушення середніх значень рівня фізичного здоров'я відбуваються досить повільно і потребують тривалого часу.

Статистичний показник після відповідних розрахунків середніх значень індексу функціональних змін у КГ за рівня значимості $\alpha = 0,05$: $|z_{емп}| = 2,5 > 1,96 = z_{кр}$, а за рівня значимості $\alpha = 0,01$: $|z_{емп}| = 2,5 < 2,58 = z_{кр}$, що є свідченням несуттєвих змін індексу функціональних змін у контрольній групі (за $\alpha = 0,01$). В ЕГ як за $\alpha = 0,01$ ($|z_{емп}| = 6,6 > 2,58 = z_{кр}$), так і за $\alpha = 0,05 = 1,96$

($|z_{емп}| = 6,6 > 1,96 = z_{кр}$) підтверджується гіпотеза про те, що після експерименту в значення індексу функціональних змін не збігаються і зазнали позитивних змін.

З імовірністю $P = 0,95\%$ можна стверджувати, що середні значення індексу Скібінського генеральних сукупностей за даними статистичного показника ($|z_{емп}| = 0,83 < 1,96 = z_{кр}$) у студентів КГ до і після експерименту практично не змінилися, іншими словами – результати є аналогічними. В ЕГ цей показник становить $|z_{емп}| = 9,9 > 1,96 = z_{кр}$, що дає нам підстави стверджувати з імовірністю $P = 0,95\%$ про суттєву відмінність і приріст середніх значень індексу Скібінського після експерименту.

Узагальнені дані результатів тестування показників рівня фізичної підготовленості вказують на приріст усіх результатів у студентів ЕГ по завершенні навчального року (табл. 2).

Таблиця 2

Динаміка змін показників фізичної підготовленості студентів контрольної та експериментальної груп

| № пор. | Контрольна група (n = 184) | | | | | | Експериментальна група (n = 186) | | | | | |
|--------|---|------|-----------|--------------------|------|-----------|----------------------------------|------|-----------|--------------------|------|-----------|
| | до експерименту | | | після експерименту | | | до експерименту | | | після експерименту | | |
| | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. | \bar{x} | S | сер. пох. |
| 1. | Стрибок у довжину з місця (м) | | | | | | | | | | | |
| | 1,80 | 0,03 | 0,01 | 1,81 | 0,03 | 0,01 | 1,81 | 0,05 | 0,02 | 1,96 | 0,06 | 0,03 |
| 2. | Згинання і розгинання рук в упорі лежачи (к-сть разів) | | | | | | | | | | | |
| | 17 | 2,4 | 1,24 | 18 | 2,4 | 1,22 | 16 | 2,5 | 1,2 | 19 | 2,5 | 1,2 |
| 3. | Піднімання в сід за 1 хв. (к-сть разів) | | | | | | | | | | | |
| | 41 | 1,8 | 0,9 | 42 | 1,75 | 0,8 | 41 | 1,8 | 0,8 | 47 | 0,9 | 0,4 |
| 4. | Стрибки на скакалці за 1 хв. (к-сть разів) | | | | | | | | | | | |
| | 149 | 2,4 | 1,2 | 154 | 1,17 | 0,03 | 150 | 3,4 | 1,7 | 159 | 1,5 | 0,7 |
| 5. | Човниковий біг 4 × 9 м (сек.) | | | | | | | | | | | |
| | 11,03 | 0,2 | 0,1 | 10,98 | 0,2 | 0,1 | 11,01 | 0,2 | 0,1 | 10,56 | 0,2 | 0,1 |

Примітка. Різниця статистично значима за $p < 0,05$.

За шкалою оцінки результатів випробувань у студентів ЕГ на початку експерименту середні показники нормативів свідчили про їхнє нижче, ніж середній рівень фізичної підготовленості, і відповідали задовільній оцінці: стрибок у довжину з місця – $1,81 \pm 0,02$ (м); згинання і розгинання рук в упорі лежачи – $16 \pm 1,2$ (кількість разів); піднімання в сід – $41 \pm 0,8$ (кількість разів); стрибки на скакалці – $150 \pm 1,7$ (кількість разів); човниковий біг – $11,01 \pm 0,1$ (сек.).

Після експерименту зросла якісна оцінка, що вказує на рівень фізичної підготовленості, який відповідає оцінці «добре» і є вищим за середній: стрибок у довжину з місця – $1,96 \pm 0,03$ (м); згинання і розгинання рук в упорі лежачи – $19 \pm 1,2$ (кількість разів); піднімання в сід – $47 \pm 0,4$ (кількість разів); стрибки на скакалці – $159 \pm 0,7$ (кількість разів); човниковий біг – $10,56 \pm 0,1$ (сек.). У студентів КГ таких змін практично не відбулося.

Для визначення і проведення порівняльного аналізу рівнів сформованості у студентів здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості та готовності до подальшого впровадження засобів фізичної культури в систему майбутньої життєдіяльності на основі їхньої самооцінки здійснювалась модифікація нині існуючих методик, адаптація та уніфікація їх змісту і відповідно було створено тест-опитувальник для можливості використання у процесі навчання здоров'язбереження. Змістовно цей тест-опитувальник передбачав конкретизацію п'яти структурних компонентів (теоретико-методичного, знаннево-когнітивного, психофізіологічного, мотиваційно-діяльнісного та культурологічного) і визначав рівні сформованості (високий, середній, низький) здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості студентів.

Варто зазначити, що в ЕГ до експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності мали 19,1% студентів, середній рівень – 25,1% студентів, низький – 55,8% студентів. Після експерименту високий рівень мали 53,1% студентів, середній рівень – 35,6% студентів, низький – 11,3% студентів (рис. 5). У КГ студентів до експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності мали 17,8% осіб, середній рівень – 25,0% осіб, низький – 57,2% осіб. Після експерименту високий рівень мали 22,6% студентів, середній рівень – 25,2% студентів, низький – 52,2% студентів (див. рис. 5).

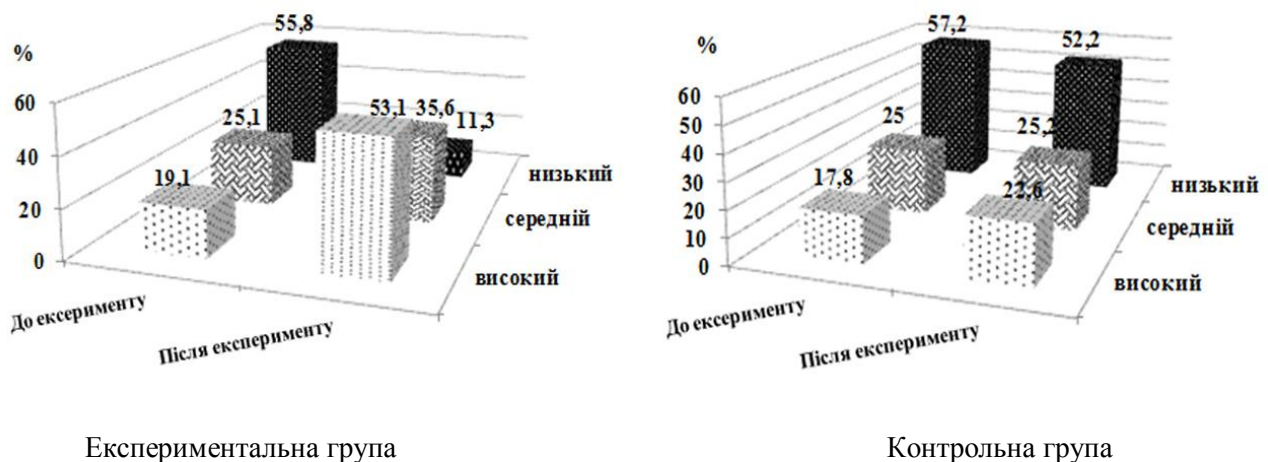


Рис. 5. Самооцінка студентами ЕГ та КГ рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості (%)

Факторний аналіз отриманих після експерименту даних засвідчує, що всі компоненти фізкультурної освіченості у студентів ЕГ, за даними їх самооцінки, вищі, ніж у студентів КГ. Найбільш сформованим у студентів можна вважати мотиваційно-діяльнісний компонент (65,3%), на другому місці – теоретико-методичний (56,5%), третю позицію займає культурологічний (52,2%), четверту – когнітивний (47,8%), на останній позиції – психофізіологічний компонент (43,5%).

Статистико-ймовірнісний аналіз отриманих даних на формувальному і контрольному етапах педагогічного експерименту підтверджує їх репрезентативність та достовірність і вказує на позитивний вплив педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання: усі показники у студентів експериментальної групи вищі, ніж у студентів контрольної групи, що є прямим підтвердженням її ефективності та продуктивності.

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні подано наукове узагальнення і нове розв'язання наукової проблеми створення та впровадження, на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти, педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Результати проведеного дослідження теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти, вивчення змісту здоров'язбережувального навчання студентів у системі фізичного виховання дали підстави зробити такі **висновки**.

1. В умовах динамічних змін на національному та європейському ринках праці особливого значення набуває навчання студентів заходів збереження власного здоров'я через удосконалення процесу фізичного виховання. Багатофункціональність системи фізкультурно-оздоровчої освіти вимагає фундаменталізації її змісту, яка передбачає якісні зміни у процесі навчання здоров'язбереження. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти – це виокремлення найважливіших педагогічних новацій, уніфікація змістовних і організаційних аспектів навчання з урахуванням теоретико-методичних компонентів. Фундаментальність у дослідженні трактується як категорія підвищення якості непрофесійної фізкультурно-оздоровчої освіти.

Теоретичний аналіз науково-педагогічної та фахової літератури засвідчив, що реалізація технологій і методик здоров'язбережувального навчання у вищих навчальних закладах різного професійного спрямування є соціально-педагогічною проблемою.

2. Передумовою необхідності вдосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів на засадах фундаменталізації слугувало вивчення життєвої практики та аналіз залишкових знань, умінь і навичок щодо використання засобів фізичної культури випускниками вищих навчальних закладів – представниками різних професій та різного віку.

Рівень залишкових знань, умінь і навичок щодо використання засобів фізичної культури визнали як недостатній 61,1% опитаних нами людей різних професій. Статистико-ймовірнісний аналіз показав відсутність взаємозв'язку між рівнем залишкових здоров'язбережувальних знань випускників і їхнім способом життя (фізичною активністю), що слугує показником недостатнього

рівня їхньої фізкультурної освіченості та зумовлює невміння і неспроможність здійснювати заходи для збереження здоров'я.

Зміст сучасної системи фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування вичерпав себе та потребує оновлення і вдосконалення на засадах фундаменталізації, що є вимогою часу.

3. Філософсько-методологічний аналіз досліджуваної проблеми вказує на те, що навчання здоров'язбереження – це відкритий саморозвиваючий педагогічний процес, який слід розглядати з позиції постнекласичної методології, оскільки його компонентом є сама людина.

Вихідним концептуальним положенням і теоретичним підґрунтям фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти є ноосферна педагогічна парадигма. Процес навчання здоров'язбереження – це ноосферний процес, у якому пізнання, свідомість і дії набувають єдиного сенсу з метою формування людини для біосфери. Ноосферизм у змісті фізкультурно-оздоровчої освіти є парадигмою, яка означає використання на всіх рівнях життєвих сил організму.

Теоретичний концепт ноосферизму підсилюють загальнонаукові підходи, які здатні відобразити дані про взаємозв'язки між фізичним, розумовим, моральним та іншими сторонами єдиного процесу розвитку. Основними загальнонауковими підходами нами визнано: гуманістичний, інтегративний, міждисциплінарний, знанняцентричний, діяльнісний, синергетичний, кібернетичний, аксіологічний, андрагогічний, культурологічний.

4. Найбільш характерним і необхідним проявом фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти є інтеграція змісту спеціально визначених наукових дисциплін сфери людинознавства і розвиток міждисциплінарних зв'язків.

Життєдіяльність випускників вищих навчальних закладів різного професійного спрямування тісно пов'язана з трудовою діяльністю і суспільним життям, що зумовлює і визначає коло наукових дисциплін, які об'єднано в єдиний міждисциплінарний курс навчання «Основи здоров'язбереження» для студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування. У змісті цього курсу інтегровано і поєднано дисципліни: «Теорію і методику фізичного самовдосконалення» (теорія здоров'язбережувального навчання), «Фізіологію і психологію праці» (психофізіологічний досвід трудової діяльності) та «Фізичне виховання» (практична здоров'язбережувальна діяльність кожної людини). Ефективну реалізацію змістовних компонентів навчання забезпечує створення і використання відповідного навчально-методичного забезпечення студентоцентричного спрямування.

5. Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування базуються на основних методологічних положеннях ноосферної педагогічної парадигми, ураховують основні загальнонаукові підходи, відповідають спеціально визначеним принципам і передбачають відповідні

організаційно-педагогічні умови здоров'язбережувального навчання студентів у компетентнісно орієнтованому форматі фізичного виховання.

Результативність процесу навчання здоров'язбереження залежить від реалізації організаційно-педагогічних умов, сутність яких полягає: у посиленні уваги у процесі фізичного виховання до світоглядних і соціальних проблем здоров'язбереження; переході від гонитви за високими спортивними результатами до фізкультурної освіченості студентів, від просто «збереження здоров'я» до «збереження здоров'я впродовж усього життя»; організації практичних занять із фізичного виховання на засадах валеологічної концепції фізичної підготовленості; створенні бази для формування методичних умінь здійснювати діагностичну, профілактичну, підтримуючу та корекційну здоров'язбережувальну діяльність; використанні засобів фізичної культури в ході вивчення психофізіологічних особливостей власного організму; переході від аналізу до синтезу і оптимізації власного способу життя; гнучкій системі контролю.

Значущість наукових підходів і організаційно-педагогічних умов визначають спеціально визначені принципи здоров'язбережувального навчання: природовідповідності; науковості; вкладеності; зв'язку теорії з практикою і життям; свідомості і активності; систематичності і послідовності; єдності навчання і виховання; індивідуальності; урахування психофізіологічних особливостей; підтримки врівноваженості процесів розвитку, навчання і виховання; орієнтації на «золоту середину»; динамічності; ініціативності; самостійності. Компоненти процесу навчання здоров'язбереження структуровані та систематизовані на основі п'яти змістовних блоків: базового, організаційного, навчально-методичного, формувального і результативного. Етапами у процесі навчання здоров'язбереження є діагностичний, адаптаційний, аналітично-коригувальний і підсумковий.

б. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти визначає компетентнісно орієнтований формат фізичного виховання як найоптимальніший спосіб формування здоров'язбережувальної компетентності, фізкультурної освіченості, що є кінцевою метою фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

Компетентнісно орієнтований формат навчання – це основа організації здоров'язбереження в системі фізичного виховання. Компетентність студентів у питаннях здоров'язбереження, їхня фізкультурна освіченість стає результатом процесу формування правильно визначених груп компетенцій. Поняття компетенцій у процесі навчання здоров'язбереження включає знання і розуміння (теоретичні знання, практичні вміння і навички у сфері фізичної культури, бажання і здатність знати й розуміти); знання, як діяти (практичне і оперативне застосування знань у конкретних ситуаціях); знання, як бути (цінності як невід'ємна частина способу життя з іншими людьми в соціальному контексті). Компетенції являють собою комплекс характеристик (знання, навички та вміння їх застосовувати, покладаючи відповідальність виключно на

самого себе, з урахуванням особистісних позиції і потреб), які визначають рівень сформованості у студентів компетентності здоров'язбереження, фізкультурної освіченості. Процес формування цієї освіченості проходить кілька стадій – від знань через розуміння психофізіологічних процесів і м'язових відчуттів (навчання через м'язи) формується готовність до м'язових зусиль і лише на основі цього можна вести мову про методичні вміння і готовність до формування практичних навичок, що веде до здоров'язбережувальної поведінки студентів.

7. Головні структурні елементи змісту новоствореної здоров'язбережувальної педагогічної технології навчання поєднують теоретичну та фізичну компоненти, вказують на необхідність постійного оновлення спеціальних фундаментальних знань, умінь і навичок, а якісна відмінність полягає в її міждисциплінарній, інтегративній, комплексній сутності. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти є впорядкованим і поступовим динамічним явищем і базисом новоствореної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання студентів та забезпечує реалізацією ієрархічних взаємозв'язків між усіма її компонентами.

Застосування новоствореної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання зумовило статистично достовірне поліпшення фізичної активності студентів; поліпшення рівня знань, умінь і навичок; зменшення пропусків занять через простудні захворювання. Так, за період проведення педагогічного експерименту кількість студентів ЕГ, які займаються фізичним самовдосконаленням, зросла до 91,3% осіб, тоді як в КГ лише до 56,5% осіб. Отримані за час навчання знання, як такі, що допоможуть належним чином здійснювати здоров'язбережувальну діяльність після завершення педагогічного експерименту, схвально оцінили 95,6% студентів ЕГ і лише 4,4% осіб КГ.

У студентів ЕГ відбулося поліпшення морфофункціональних показників, на відміну від студентів КГ. Зокрема, середні значення, що свідчать про рівень фізичного здоров'я ($p < 0,05$) студентів ЕГ, із таких, що відповідали середньому рівню, поліпшилися і перейшли в діапазон значень, які відповідають вищому, аніж середній рівень [від $0,56 \pm 1,1$ ум. од. (56%) до $0,71 \pm 1,1$ ум. од. (71%)]. Середній показник функціонального стану ($p < 0,05$) організму у студентів ЕГ до експерименту становив $2,8 \pm 0,02$ ум. од., що вказує на напругу механізмів адаптації, а після експерименту змінився до $2,6 \pm 0,01$ ум. од., що відповідає задовільному рівню адаптації. Числові дані індексу Скібінського ($p < 0,05$), що характеризують функціональні можливості організму у студентів ЕГ перейшли із ряду, що відповідали задовільному рівню, у діапазон даних, який свідчить про рівень їх розвитку як добрий (від $24,5 \pm 1,7$ ум. од до $36,6 \pm 1,7$ ум. од.).

Спостерігається позитивна динаміка змін рівня фізичної підготовленості у студентів ЕГ. Отримані дані до експерименту свідчили про нижче, ніж середній рівень фізичної підготовленості студентів. Після експерименту числові значення перейшли у спектр даних, що вказує на вище, ніж середній

рівень фізичної підготовленості студентів. У студентів КГ таких змін не відбулося.

Аналіз даних самооцінки студентами рівня фізкультурної освіченості показав, що на високий рівень її сформованості після завершення експерименту вказали 53,1% опитаних студентів ЕГ порівняно із 19,1% – до експерименту. У студентів КГ до експерименту на високий рівень сформованості фізкультурної освіченості вказали 17,8%, а після експерименту – 22,6% опитаних.

Статистико-ймовірнісний аналіз отриманих числових значень підтвердив ефективність використання розробленої автором на засадах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти здоров'язбережувальної педагогічної технології навчання студентів.

Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує всіх аспектів і відкриває нові можливості продовження означеного наукового напрямку, зокрема: фундаменталізація змісту технологій проведення різноманітних досліджень і спостережень студентами за власним самопочуттям, змінами у стані здоров'я; розроблення фундаментальних оздоровчих систем, моделей, оздоровчих програм зі змістом, який провокуватиме студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування до використання сучасних оздоровчих технологій у повсякденній життєдіяльності.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ РОБІТ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Монографія

1. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія / Наталія Назарівна Завидівська. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.

Навчально-методичні посібники

2. Завидівська Н. Н. Формування психофізичного здоров'я студентів вищих навчальних закладів : навч.-метод. посіб. для викл. та студ. ВНЗ / Н. Н. Завидівська. – Львів, 2005. – 135 с.
3. Завидівська Н. Н. Формування навичок здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів : навч. посіб. з фіз. виховання для студ. ВНЗ / Н. Н. Завидівська. – Львів : Українські технології, 2009. – 120 с.
4. Завидівська Н. Н. Фізична рекреація : [навч. посіб. для студ. ВНЗ] / авт. кол. ; за заг. ред. Є. Н. Приступи. – Дрогобич : «Коло», 2010. – 447 с.
5. Завидівська Н. Н. Основи фізичного виховання у системі здоров'язбереження студентської молоді : навч. посіб. з фіз. виховання для студ. ВНЗ / Н. Н. Завидівська, О. В. Ханікянц. – Львів : Українські технології, 2010. – 216 с.
6. Завидівська Н. Н. Фізичне виховання і здоров'я: навч. посібник / авт. кол. : О. Д. Дубогай, Н. Н. Завидівська, О. В. Ханікянц та ін. ; за заг. ред. О. Д. Дубогай. – К. : УБС НБУ, 2012. – 271 с.

Статті в наукових фахових виданнях

7. Завидівська Н. Н. Розвиток психологічних вмінь і навичок у процесі формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. / Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України ; за ред. С. Д. Максименка. – К., 2002. – Т. IV. – Ч. 6. – С. 82–87.
8. Завидівська Н. Н. Професіоналізм викладача – важливий аспект формування навичок здорового способу життя у вищій школі / Н. Н. Завидівська // Рідна школа : наук.-пед. журн. – К., 2004. – С. 8–9.
9. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів : Українські технології, 2004. – Вип. 8. – Т. 3. – С. 115–121.
10. Завидівська Н. Н. Сучасні напрямки формування навичок здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Рідна школа : наук.-пед. журн. – К., 2005. – С. 8–9.
11. Завидівська Н. Н. Психологічні аспекти викладання фізичної культури у вищих навчальних закладах / Н. Н. Завидівська // Рідна школа : наук.-пед. журн. – К., 2006. – С. 22–24.
12. Завидівська Н. Н. Основні аспекти формування культури вільного часу студентської молоді засобами фізичного виховання / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2008. – Вип. 12 : у 4-х т. – Т. 4. – С. 82–85.
13. Завидівська Н. Н. Організаційно-педагогічні засади формування культури вільного часу у студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання / Н. Н. Завидівська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. : у 3-х т. / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки ; уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Вежа, 2008. – Т. 2. – С. 111–113.
14. Завидівська Н. Н. Аксіологічні аспекти формування культури здоров'я студентської молоді у процесі фізичного виховання / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту – Львів : Українські технології, 2009. – Вип. 13 : у 4-х т. – Т. 2. – С. 47–53.
15. Завидівська Н. Н. Теоретико-методологічні засади формування культури здоров'я студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2010. – Вип. 14 : у 4-х т. – Т. 4. – С. 72–78.
16. Завидівська Н. Н. Особливості реалізації компетентнісно орієнтованого підходу у системі здоров'язбереження студентів ВНЗ / Н. Н. Завидівська

- // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова : зб. наук. пр. – К., 2010. – Вип. 6. – С. 114–118. – (Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)).
17. Завидівська Н. Н. Онтологія компетентісного підходу у фізкультурній освіті студентів вищих навчальних закладів / Н. Н. Завидівська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки ; уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2010. – № 1 (9). – С. 14–18.
 18. Завидівська Н. Н. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів / Наталія Завидівська, Іван Ополонець // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки ; уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2010. – № 2 (10). – С. 50–54.
 19. Завидівська Н. Н. Соціалізація у фізкультурно-оздоровчій освіті: трактування понять, проблеми, перспективи / Н. Н. Завидівська, І. В. Ополонець // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журнал. – Харків, 2010. – № 12. – С. 48–51.
 20. Завидівська Н. Н. Концептуалізація компетентісно-орієнтованого підходу в умовах фундаменталізації вищої фізкультурної освіти / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журнал. – Харків, 2010. – № 4. – С. 113–117.
 21. Завидівська Н. Н. Проектування здоров'язбережувальних педагогічних процесів в умовах інформатизації фізкультурної освіти / Н. Н. Завидівська // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова : зб. наук. пр. / за ред. Г. М. Арзютова. – К., 2011. – Вип. 10. – С. 309–313. – (Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)).
 22. Zavydivska N. N. Peculiarities of health-related educational technologies in higher educational establishment learning process [Electronic resource] / N. Zavydivska, A. Vovkanych, Y. Prystupa, Y. Petryshyn // Спортивна наука України. – 2011. – № 2. – С. 3–27. – Available from : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/SNU/title.html>; <http://www.sportscience.org.ua>.
 23. Завидівська Н. Н. Ноосферна педагогічна парадигма як концептуальна основа фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів / Н. Н. Завидівська // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журнал. – Харків, 2012. – № 01. – С. 68–71.
 24. Завидівська Н. Н. Особливості реалізації основних положень кібернетики та синергетики в умовах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти / Н. Н. Завидівська // Молодь і ринок: щомісячний наук.-пед. журнал. – Дрогобич : Вид-во Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – № 2 (85). – С. 80–84.
 25. Завидівська Н. Н. Фізкультурна освіченість студентів як соціально-педагогічна проблема / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука

- України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту. – Львів : НВФ «Українські технології», 2012. – Вип. 16. – Т. 4. – С. 42–47.
26. Завидівська Н. Н. Особливості міждисциплінарних зв'язків у системі фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журн. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 2. – С. 186–190.
27. Завидівська Н. Н. Змістовна сутність інноваційної методичної системи здоров'язбережувального навчання студентів, створеної на засадах фундаменталізації / Н. Н. Завидівська // Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології : наук. журнал. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. – № 3 (21). – С. 195–202.
28. Завидівська Н. Н. Особливості вдосконалення системи фізичного виховання студентів в умовах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти / Н. Н. Завидівська // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2012. – Вип. 25. – С. 59–63.
29. Завидівська Н. Н. Особливості педагогічного експерименту по впровадженню здоров'язбережувальної технології навчання студентів / О. Д. Дубогай, Н. Н. Завидівська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. – № 3 (19). – С. 142–148.
30. Завидівська Н. Н. Педагогічна наука як джерело фундаменталізації сучасної системи непрофесійної фізкультурно-оздоровчої освіти / Н. Н. Завидівська // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : наук. журнал. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. – № 6 (24). – С. 40–49.

Інші навчально-методичні матеріали

31. Завидівська Н. Н. Шляхи оптимізації процесу формування здорового способу життя у вищих навчальних закладах : метод. рекомендації для викл. та студ. всіх спец. ВНЗ / Н. Н. Завидівська. – Львів, 2004. – 67 с.
32. Завидівська Н. Н. Основні поняття теорії і методики фізичного виховання (поради для студентів) / Н. Н. Завидівська, І. Б. Бойчак. – Львів, 2005. – 24 с.
33. Завидівська Н. Н. Використання самомасажу з метою попередження професійних захворювань майбутніх економістів та банківських працівників : метод. рекомендації для студ. та викл. / Н. Н. Завидівська, І. М. Войтович, І. П. Войтович. – Львів, 2007. – 36 с.
34. Завидівська Н. Н. Основи знань з фізичної культури і спорту : навч.-метод. рекомендації для студ. / Н. Н. Завидівська, І. Б. Бойчак, П. О. Фірцак. – Львів, 2007 – 31 с.

Матеріали науково-практичних конференцій та семінарів

35. Завидівська Н. Н. Формування психофізичного здоров'я – основна мета процесу фізичного виховання у ВНЗ економічного профілю

- / Н. Н. Завидівська // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. II регіональної наук.-практ. конф. – Львів : ЛДФЕІ, 2003. – С. 49–52.
36. Завидівська Н. Н. Аспекти управління процесом формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів / Н. Н. Завидівська // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. III регіональної наук.-практ. конф. – Львів : ЛДФА, 2005. – С. 99–104.
37. Завидівська Н. Н. Сучасні підходи до формування фізкультурної освіти у студентів вищих навчальних закладів / Н. Н. Завидівська // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. IV регіональної наук.-практ. конф. – Львів : ЛДФА, 2007. – С. 28–30.
38. Завидівська Н. Н. Фізична культура, дозвілля, якість життя – взаємозв'язок та співвідношення понять / Наталія Завидівська // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : мат. Всеукраїнської наук.-практ. конф. / за заг. ред. Р. Р. Сіренко. – Львів, 2008. – С. 236–237.
39. Завидівська Н. Н. Епістемологія компетентісно орієнтованого підходу у системі здоров'язбереження студентської молоді / Н. Н. Завидівська // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. XIV Міжнародного наукового конгресу; 5–8 жовтня. – К. : Олімпійська література, 2010. – С. 618.
40. Завидівська Н. Н. Професіограми та їх значення у процесі психофізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Наталія Завидівська, Ольга Завидівська // Сучасні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді : мат. 1-го міжвузівського студ. наук.-практ. семінару / за заг. ред. Н. Н. Завидівської. – Львів, 2008. – С. 40–50.
41. Завидівська Н. Н. Основні аспекти формування культури вільного часу студентів вищих навчальних закладів економічного профілю у процесі фізичного виховання / Наталія Завидівська, Іван Ополонець // Сучасні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді : мат. 1-го міжвузівського студ. наук.-практ. семінару / за заг. ред. Н. Н. Завидівської. – Львів, 2008. – С. 5–10.
42. Завидівська Н. Н. Формування ціннісних орієнтацій до занять фізичними вправами у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Наталія Завидівська, Оксана Писюк // Сучасні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді : мат. 1-го міжвузівського студ. наук.-практ. семінару / за заг. ред. Н. Н. Завидівської. – Львів, 2008. – С. 20–25.
43. Завидівська Н. Н. Сучасні підходи до визначення принципів формування здорового способу життя / Наталія Завидівська, Максим Самчук // Проблеми формування здорового способу життя молоді : мат.

Всеукраїнської наук.-практ. конф. / за заг. ред. Р. Р. Сіренко. – Львів, 2007. – С. 79–82.

44. Завидівська Н. Н. Рекреаційне виховання – важливий концепт фізкультурно-оздоровчої освіти студентів / Н. Н. Завидівська // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : мат. VIII Всеукраїнської наук.-практ. конф. (з міжнародною участю). – Львів : ЛДУФК, 2012. – С. 126–130.

АНОТАЦІЯ

Завидівська Н. Н. Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'я-збережувального навчання. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – К., 2013.

Дисертація присвячена обґрунтуванню теоретико-методичних засад фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти у процесі здоров'я-збережувального навчання студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування. Подано аналіз сучасного стану теоретичної розробки технологій і методик здоров'язбереження в системі фізичного виховання студентів із позиції фундаменталізації та розкрито її сутність. Представлено організаційно-педагогічні умови, принципи, змістовні блоки та етапи здоров'язбережувального навчання і розкрито особливості організації процесу фізичного виховання студентів в компетентісно орієнтованому форматі в умовах фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти.

Розроблено і впроваджено у процес фізичного виховання авторську педагогічну здоров'язбережувальну технологію навчання студентів. Доведено ефективність її використання у вищих навчальних закладах різного професійного спрямування. Застосування новоствореної педагогічної здоров'язбережувальної технології навчання зумовило статистично достовірне поліпшення фізичної активності студентів; поліпшення рівня знань, умінь і навичок; зменшення пропусків занять через простудні захворювання. Окрім того, відбулося поліпшення морфофункціональних показників, підвищення рівня фізичної підготовленості студентів та сформованості в них рівня компетентності здоров'язбереження, фізкультурної освіченості.

Ключові слова: фундаменталізація, фізкультурно-оздоровча освіта, студенти, фізичне виховання, вищі навчальні заклади різного професійного спрямування, педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання.

АННОТАЦИЯ

Завыдивская Н. Н. Теоретико-методические основы фундаментализации физкультурно-оздоровительного образования студентов в процессе здоровьесохраняющего обучения. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья) / Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова. – К., 2013.

Диссертация посвящена обоснованию теоретико-методических основ фундаментализации физкультурно-оздоровительного образования в процессе здоровьесохраняющего обучения студентов высших учебных заведений разных профессиональных направлений. Предоставлен анализ современного состояния теоретической разработки здоровьесохраняющих технологий и методик в системе физического воспитания студентов с позиции фундаментализации и раскрыто ее сущность.

Установлена необходимость фундаментализации содержания физкультурно-оздоровительного образования на основании изучения жизненной практики и анализа остаточных знаний, умений и навыков использования средств физической культуры выпускниками высших учебных заведений – представителями разных профессий. В ходе исследования получены данные, которые свидетельствуют о том, что фактически здоровьесохраняющие знания, полученные студентами во время учебы в высшем учебном заведении, не используются ими в процессе непосредственной жизнедеятельности для сохранения здоровья.

Разработаны организационно-педагогические условия, принципы, содержательные блоки и этапы здоровьесохраняющего обучения студентов и раскрыты особенности организации процесса физического воспитания в компетентностно ориентированном формате на основе фундаментализации физкультурно-оздоровительного образования.

Представлен междисциплинарный интегративный учебный курс «Основы здоровьесохранения» (на основании фундаментализации содержания дисциплин «Теория и методика физического самосовершенствования», «Физическое воспитание»; «Физиология и психология труда») и соответствующее учебно-методическое обеспечение для использования в системе физического воспитания студентов высших учебных заведений разных профессиональных направлений.

Разработано и внедрено в процесс физического воспитания авторскую педагогическую технологию для обучения студентов здоровьесохранению. Главные структурные элементы новосозданной педагогической здоровьесохраняющей технологии объединяют теоретическую и практическую компоненты и указывают на необходимость постоянного обновления специальных фундаментальных знаний, умений и навыков, а ее качественная характеристика состоит из междисциплинарной, интегративной, комплексной

сущности. Подтверждена эффективность ее использования в процессе физического воспитания и доказано, что внедрение ее основных положений способствует оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов.

Прослеживается повышение физической активности, уровня сформированных знаний у студентов, а также уменьшение количества пропусков занятий по причине простудных заболеваний у студентов экспериментальной группы. Кроме этого, у студентов этой группы произошло улучшение морфофункциональных показателей, повышение уровня физической подготовленности и увеличение степени сформированной физкультурной образованности.

Ключевые слова: фундаментализация, физкультурно-оздоровительное образование, студенты, физическое воспитание, высшие учебные заведения разных профессиональных направлений, педагогическая здоровьесберегательная технология обучения.

SUMMARY

Zavydivska N. N. Theoretical and methodological basis of physical training fundamentalisation and students health-improving education in the process of health-preserving training. – Manuscript.

Dissertation is developed to gain the scientific degree of a Doctor in Pedagogic Sciences in the specialization of 13.00.02 – theory and methodology of training (physical training culture, the basis of health-care) / M. Drahomanov National pedagogical university. – K., 2013.

The Dissertation is dedicated to the argumentation of theoretical and methodological basis of physical training fundamentalisation and students health-improving education in the process of health-preserving training. It is offered the analysis of nowadays situation in the process of technologies and methodologies theoretical developments of health-preserving in the system of physical training education of various professional directions institutions of high learning from the position of fundamentalisation and their essence is also developed. There are also offered the organizational and pedagogical conditions, principles and content blocks of students health-preserving training in the competence-oriented format under the condition of fundamentalisation of physical training education.

The author pedagogical health-preserving technology of students training is developed and implemented in the process of physical training education. The effectiveness of its usage in the various professional directions institutions of high learning is proved. The implementation of new created pedagogical health-preserving training technology caused statistically correct improvement of students physical activity; knowledge improvement, abilities and skills; reduction of students absence in the case of sickness. Moreover, the improvement of morphofunctional indices,

physical training activity level took place and their self-esteem of their own competence in the sphere of health-preserving, physical-training knowledge.

Key words: fundamentalisation, health-improving education, students, physical-training education, various professional directions institutions of high learning, pedagogical health-preserving training technology.

Підписано до друку 26.02.2013. Формат 60 × 84¹/₁₆.

Облік.-вид. арк. 1,8. Умовн. друк. арк. 2,32. Тираж 100. Зам. № 1130.

Віддруковано у редакційному секторі видавництва
Університету банківської справи Національного банку України (м. Київ).
79058 м. Львів, просп. В. Чорновола, 61.

